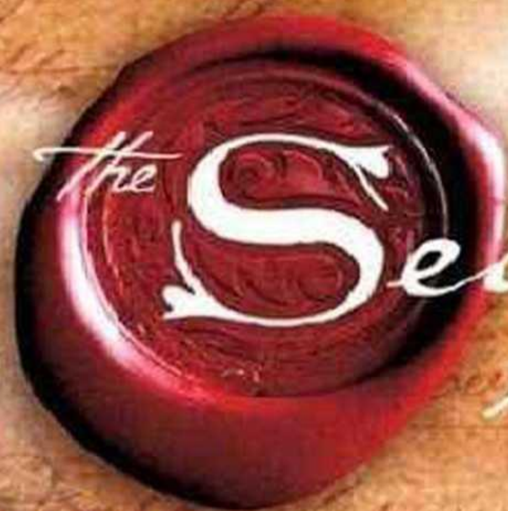


Rhonda Byrne


NHÀ XUẤT BẢN
LAO ĐỘNG

Bí Mật
(The Secret)
Rhonda Byrne

Mục lục

Bí Mật (The Secret) tiết lộ một quy luật có quyền năng lớn nhất của Vũ Trụ. Những hiểu biết về quy luật này đã được truyền lại như một cẩm nang vàng qua nhiều thế hệ và được giảng dạy bởi những nhà tiên tri, giáo sĩ, những nhà hiền triết, hay Đức chúa Jesu, Phật tổ trong suốt lịch sử, trong suốt cuộc sống của tất cả những con người vĩ đại này họ đều hoàn thành hay đạt đến thành công tột đỉnh nhờ sử dùng cùng một quy luật quyền năng.

Rất nhiều người đã từng chứng kiến, nhiều người có thay đổi đột biến từ yếu đuổi hay kiệt sức sang khỏe mạnh, có quyền lực, bình an, khỏe mạnh và tự do.

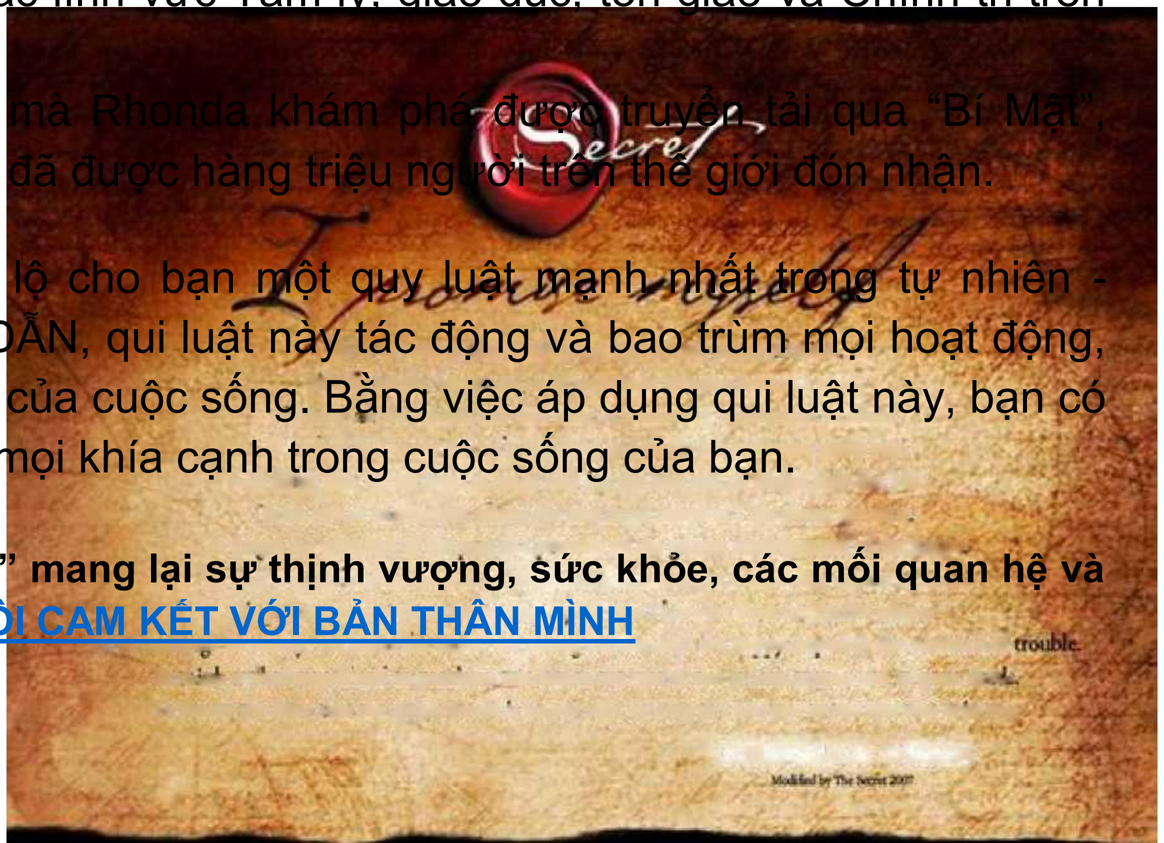
Sự khám phá của Rhonda Byrne về “Bí Mật” bắt đầu từ một cuốn

sách cổ hơn 100 năm. Bà tìm lại những tư liệu trong quá khứ và phát hiện ra những đặc điểm chung của những người thành công nhất trong các lĩnh vực Tâm lý, giáo dục, tôn giáo và Chính trị trên thế giới.

Những điều mà Rhonda khám phá được truyền tải qua "Bí Mật", một bộ phim đã được hàng triệu người trên thế giới đón nhận.

"Bí Mật" tiết lộ cho bạn một quy luật mạnh nhất trong tự nhiên - LUẬT HẤP DẪN, qui luật này tác động và bao trùm mọi hoạt động, mọi lĩnh vực của cuộc sống. Bằng việc áp dụng qui luật này, bạn có thể thay đổi mọi khía cạnh trong cuộc sống của bạn.

Đó là "Bí Mật" mang lại sự thịnh vượng, sức khỏe, các mối quan hệ và hạnh phúc.[TÔI CAM KẾT VỚI BẢN THÂN MÌNH]



»JS

To be ÍO strong (JUL nwiiing tan disturb *toy* peace ('I (ìMiid
To talk health, happi ness. and pmnpeiity to every petson 1 meet.
To make .11 my friends, fed that there is something worthwhile in them.
To look at the sttnny side of everything and make my optimism Hunt nue.
lb think only of the best, to work only lot [he b«ĩ and to espcct only 1 hí bẹn.
' I is be just as enduBiiUTk. about the noses of 0ih ers as I*1* 111 about my nun
To forest die mistakes of the rast ajid Preston to die treater ichievemenft of.fhe future
Tb wear a cheerful repression if all times and give a smile to every living Cfealurc] meet.
To give so mudi time to improving mralf that i have no time HJ criticize others
To be tí» lame for wnrrv. IMS noble lor anger, too strong for fear, and ton happv to permit the presence of
lb r.li:: j±;. ive): of mytell jn;1 to proclaim this fact to the world, not in I LULL! words, but in jpear clt :■: = ■■ To live in [he
faidl ihar the whole world ts on my side,soJong as I am true to the best chat is JO (tie,

... CHRISTIAN D. LARSON

Tôi mạnh mẽ để không có gì có thể làm dao động tâm trí tôi Tôi sẽ nói về sức khỏe, hạnh phúc và sự thịnh vượng cho tất cả những người mà tôi

gặp
Tôi sẽ làm cho những người bạn của tôi nhận thấy rằng trong họ có một điều rất giá trị Tôi sẽ nhìn vào mặt sáng của mọi vật và làm cho lăng kính của mình thành hiện thực Tôi chỉ nghĩ về điều tốt đẹp nhất, chỉ làm việc tốt nhất và chỉ chấp nhận những điều tốt đẹp nhất.
Tôi ngưỡng mộ thành công của người khác và thành công của chính mình Tôi quên hết lỗi lầm trong quá khứ và tạo ra thành công lớn trong tương lai Tôi luôn tươi tắn mọi lúc và dành tặng nụ cười cho những sinh vật sống mà tôi gặp Tôi dành nhiều thời gian để phát triển bản thân và không bao giờ chỉ trích người khác Tôi luôn lớn hơn nỗi lo lắng, bình tĩnh hơn mọi tức giận, khỏe mạnh hơn sự sợ hãi và hạnh phúc để loại bỏ hết những vấn đề rắc rối của hiện tại
Tôi nghĩ tốt về tôi và thể hiện điều này với thế giới, không có những lời tiêu cực, thô lỗ chỉ có những lời sâu sắc

Tôi sống trong sự tin tưởng thê giới luôn bên cạnh tôi.



Bạn là thỏi nam châm thu hút đến bạn tất cả mọi thứ đến với bạn

thông qua những tín hiệu mà bạn phát ra ngoài từ những suy nghĩ và cảm xúc của bạn.

ĐỂ TRỞ THÀNH MỘT THỎI NAM CHÂM CÓ SỨC HÚT MẠNH MẼ ĐỐI VỚI SỨC KHỎE

Hãy yêu quý bản thân bạn! Yêu thương và trân trọng một cách thật sự sâu sắc! Hãy viết ra những điều tuyệt vời nhất của bạn. Và hãy cập nhật vào danh sách đó mỗi ngày.

Hãy để bạn được tư do, thoát khỏi những điều phẫn uất hay những thất vọng trong quá khứ mà bạn đang mang trong lòng.

Hãy giải phóng tất cả những phiền muộn đối với những sự việc hay đối với những người khác trong quá khứ mà bạn đang mang.

Trong tâm trí bạn hãy nhìn thấy bản thân bạn là một sự hoàn hảo và hãy hình dung bản thân bạn đang sống và làm việc với một sức khỏe tuyệt vời.

Đừng kể với người khác về những căn bệnh hay những vấn đề về tiêu cực về sức khỏe của bạn.

Hãy yêu quý và trân trọng tất cả mọi người, tất cả mọi vật xung quanh bạn, đặc biệt là yêu quý và trân trọng chính bản thân bạn.

Nhận thức rằng bên trong bạn sở hữu một nguồn sức mạnh có thể hàn gắn và chữa lành chính cơ thể bạn.
Không bao giờ chỉ trích hay phàn nàn về bản thân bạn hay về bất cứ người nào khác. Hãy biết ơn sự khỏe mạnh mà bạn đang có.

Hãy nhận thức rằng bản thân bạn là một cơ thể khỏe mạnh
Hãy hạnh phúc và nhận thức rằng những niềm hạnh phúc có thể hàn gắn cơ thể bạn.
Khi bạn đánh giá cao, khi bạn yêu thương, khi bạn hạnh phúc, khi bạn biết ơn, bạn đang tập trung vào những điều tốt đẹp và những điều tốt đẹp đó tuôn tràn trong cơ thể bạn, những bệnh tật bị tiêu tan ngay lúc đó.

Hãy cười to. Thuê những bộ phim hài hoặc gợi lại những kỷ niệm làm cho bạn cười. Những tiếng cười lớn chính là con đường đi đến sự khỏe mạnh.

Bạn phải làm mọi thứ có thể để làm cho sự chú ý của bạn tránh khỏi những bệnh tật.

Hãy loại bỏ khỏi suy nghĩ của bạn về những bệnh tật, và đặt toàn bộ sự tập trung và chú ý của bạn vào những điều làm cho bạn cảm thấy vui vẻ.
Hãy để cho hạnh phúc là điều được ưu tiên hàng đầu trong cuộc sống của bạn.
Không chịu đựng bất cứ điều gì, hãy yêu thương mọi thứ.
Nhận thức rằng không có gì là không thể chữa lành được
Khi bạn cảm thấy hoàn toàn yêu quý bản thân mình và bên trong bạn cảm thấy vui vẻ, bệnh tật không thể tồn tại.

Nhận thức và đồng ý rằng ngay lúc này bạn rất hoàn hảo.

ÁP DUNG **LUAT** HẤP DẪN ĐỂ THU HUT CÁC MỐI QUAN HỆ TỐT ĐẸP



Bạn có the hoàn toàn thay đổi bất cứ mối quan hệ nào, không quan trọng là hiện tại mối quan hệ đó đang như thế nào.

Mỗi một mối quan hệ bạn có đều phản ánh những cảm xúc bên trong của bạn. Bạn là thỏi nam châm thu hút tất cả mọi thứ đến với bạn, thông qua những tín hiệu mà bạn phát ra từ những suy nghĩ và cảm xúc của bạn. Mỗi một mối quan hệ bạn có và mỗi một sự tương tác với từng người xung quanh, đều là sự phản chiếu của những suy nghĩ và những cảm xúc của bản thân bạn ngay lúc này.

Đê thay đôi các moi quan hệ trong trong cuộc sng của bạn:

Hãy yêu quý bản thân bạn!

Hãy lên danh sách hàng trăm, hàng trăm những điều tuyệt vời của bạn. Hãy thêm vào danh sách đó mỗi ngày.

Hãy nhận thức rằng bạn rất hoàn hảo. Đừng bao giờ có những suy nghĩ tiêu cực về bản thân mình.

Hãy nhận thức rằng bạn xứng đáng và giá trị với bất cứ thứ gì và với mọi thứ mà bạn muốn sở hữu trong cuộc sống.

Đừng bao giờ phàn nàn hay chỉ trích bất cứ ai, đừng bao giờ!

Hãy thiết lập sự tập trung của mình vào những điều tốt đẹp nhất trong bất cứ việc gì và với bất cứ ai.

Hãy để cho hạnh phúc của bạn là điều được ưu tiên hàng đầu trong cuộc sống của bạn. Hạnh phúc là công việc của bạn.

Hãy để cho bản thân bạn được tự do trong việc nỗ lực làm cho người khác hạnh phúc. Hãy quan tâm và yêu quý họ vừa đủ để cho phép họ tự chăm sóc hạnh phúc riêng của họ.

Hãy ngưng tập trung vào những điều mà khiến bạn cảm thấy không vui vẻ.

Hãy luôn yêu quý và đánh giá cao bản thân bạn.

Đừng bao giờ mong rằng người khác sẽ cư xử theo cách mà bạn muốn họ cư xử, làm được điều này bạn sẽ thấy hạnh phúc. Hãy giải phóng bản thân mình, và nhận thức rằng bạn là người duy nhất kiểm soát hạnh phúc của bạn và đó là một sự lựa chọn, không quan trọng những người khác làm gì.

Hãy thật sự yêu quý và quan tâm đến bản thân mình.

Nhận thức rằng ngay bây giờ bạn là hoàn hảo.



Tiền là năng lượng từ. Bạn là một thỏi nam châm thu hút đến bạn tất cả mọi thứ, thông qua tín hiệu bạn phát ra từ những suy nghĩ và những cảm xúc của bạn.

TRỞ THÀNH THỎI NAM CHÂM HÚT TIỀN MẠNH MẼ:

Hãy thật rõ ràng về khoản tiền mà bạn muốn nhận được. Hãy tuyên bố số tiền mà bạn muốn kiếm và tập trung toàn lực vào mục tiêu đó. Đừng nghĩ về việc làm thế nào để bạn có thể kiếm được nó, mà hãy nghĩ đến việc bạn muốn nhận được bao nhêu tiền.

Hãy yêu tiền. Hầu hết mọi nguời không yêu tiền bởi vì họ luôn cảm thấy họ không có đủ tiền.

Hãy tưởng tượng và hình dung rằng bản thân bạn đang chi dùng với số tiền mà bạn mong muốn, chi như là bạn đã sở hữu số tiền đó rồi.

Hãy nói ra, hành động và suy nghĩ từ với tư duy của sự sung túc

ngay lúc này. Loại bỏ đi những suy nghĩ và lời nói thiếu tự tin như "Tôi không thể đáp ứng được", "Nó quá đắt".

Bạn đừng bao giờ nói và suy nghĩ thiếu tự tin về tiền bạc dù chỉ là một giây nào.

Hãy biết ơn tất cả số tiền mà bạn đang có. Hãy đánh giá cao từng đồng tiền ngay khi bạn có được.

Hãy lập danh sách tất cả những thứ bạn muốn mua với một số tiền dồi dào.Hãy làm bất cứ điều gì khiến bạn cảm thấy sung túc.

Luôn khẳng định với bản thân mỗi ngày rằng bạn dư giả về tiền bạc và việc đó đến với bạn với rất ít nỗ lực.

Luôn ngưỡng mộ và đánh giá cao những người giàu xung quanh bạn, cũng như những người giàu xung quanh những người khác. Hãy tìm kiếm sự giàu có ở bất cứ nơi đâu và đánh giá cao sự giàu có.

Hãy luôn chắc chắn rằng tiền đang đến với bạn.

Hãy yêu quý bản thân mình và nhận thức rằng bạn xứng đáng và giá trị để có thật nhiều tiền.

Hãy ghi nhớ với bản thân mình mỗi ngày rằng bạn là nam châm hút tiền, và hãy tự hỏi mình mỗi ngày rằng "Ngay lúc này suy nghĩ của tôi đang giúp tôi thu hút tiền hay đang đẩy tiền ra xa?"

Luôn luôn, luôn luôn trả cho bản thân của bạn trước từ lương của bạn rồi sau đó mới trả cho những người khác. Với mỗi hành đông

đó, bạn đang nói với Vũ Trụ rằng bạn thật sự là người xứng đáng và có giá trị.

Hãy lặp đi lặp lại mỗi ngày, “Tôi là nam châm hút tiền, tiền đang đến với tôi một cách dễ dàng và không cần nhiều nỗ lực”.

Hãy viết ra tấm ngân phiếu cho bản thân bạn với tổng số tiền mà bạn muốn có và muốn sở hữu trong ví tiền của mình. Hãy nhìn nó thường xuyên.

Hãy làm bất cứ điều gì khiến bạn cảm thấy vui vẻ. Chính cảm xúc vui vẻ và hạnh phúc là những thỏi nam châm hút tiền mạnh mẽ nhất. Hãy hạnh phúc ngay bây giờ!

Yêu quý bản thân mình!
Sự giàu có là một suy nghĩ. Tiền bị hút đến bạn hay bị đẩy ra khỏi bạn. Tất cả phụ thuộc vào suy nghĩ của bạn.
6 Lời trích từ Luật Hấp Dẫn làm thay đổi cuộc sống của bạn



Lời trích dẫn thứ nhất: "Bạn trở thành và thu hút những gì bạn suy nghĩ đến". Suy nghĩ của bạn có sức mạnh nhiều hơn những gì bạn có thể nhận biết. Trong khi điều này dường như là một khái niệm mới, thì nó đã hoạt động quanh ta từ hàng thế kỷ. Kinh Thánh nói về những điều giống như vậy, đó là bạn là những gì mà bạn suy nghĩ. Tất cả đó là sự tập trung. Nếu bạn tập trung vào những suy nghĩ tiêu cực, bạn sẽ thu hút những điều tiêu cực vào cuộc

sống của bạn. Nếu bạn tập trung vào những điều tích cực, những điều hạnh phúc, Vũ trụ sẽ gửi những điều hạnh phúc đến theo cách của bạn. Bạn phải chọn những suy nghĩ của bạn một cách cẩn thận. Chúng sẽ xác định mọi điều bạn muốn thu hút vào cuộc sống của bạn.

Lời trích dẫn thứ hai: "Người ta nghĩ về những điều họ không muốn và thu hút vào càng nhiều hơn những điều như vậy”. Nếu như bạn quen suy nghĩ về những điều bạn muốn nhưng vẫn không có chúng trong cuộc sống của bạn. Bạn sẽ không thu hút được những điều bạn muốn. Thay vào đó bạn sẽ thu hút càng nhiều hơn sự thiếu thốn. Ví dụ, nếu như bạn giống như nhiều người thường suy nghĩ hay nói, "Tôi dường như không bao giờ có đủ tiền" bạn sẽ thu hút "không đủ tiền". Nếu như bạn không muốn sự thiếu thốn, thì hãy ngưng suy nghĩ về những gì thiếu thốn trong cuộc sống của bạn.

Lời trích dẫn thứ ba: "Những gì bạn tập trung với suy nghĩ và cảm xúc của bạn là những gì bạn thu hút vào sự trải nghiệm của bạn”. Cách tốt nhất để thu hút những điều mà bạn thật sự mong muốn là bắt đầu thay đổi những suy nghĩ và xúc cảm của bạn để mang lại những điều đó. Phần rắc rối ở đây là không suy nghĩ về việc không có chúng (như đã thảo luận ở trên), mà là hành động và cảm nhận như là bạn đã có những điều mình muốn ngay lúc này rồi. Đó là cách mà bạn bắt đầu thu hút chúng. Lời trích dẫn tiếp theo sẽ giải thích rõ hơn cho điều này...

Lời trích dẫn thứ tư: "Luật hấp dẫn thể hiện cho chính bạn ra một cách đơn giản những gì sẽ phát ra cảm xúc tích cực của việc có những dì bạn muốn có trong lúc này". Những gì bạn cảm nhận đóng vai trò quan trọng nhất đối với những gì bạn muốn thu hút. Vì

vậy, nếu như xúc cảm là hạnh phúc, vui mừng, biết ơn chiếm phần lớn trong cuộc sống của bạn, thì những điều tích cực sẽ đến với bạn. Một trong những cách tốt nhất để tạo cảm xúc tích cực là tưởng tượng bạn đã sống cuộc sống trong mơ của bạn rồi. Thật sự có cảm xúc sống cuộc sống đó càng lúc bạn sẽ càng cảm nhận những cảm xúc tích cực đó ngay lúc này và bạn càng thu hút nhanh chóng những điều bạn ước muốn. Hãy nói theo các khác là bạn đã tin và cảm nhận đã thấy nó rồi.

Lời trích dẫn thứ năm: "Cảm giác hạnh phúc sẽ hấp dẫn nhiều tình huống hạnh phúc hơn". Điều đó rất quan trọng để bạn tìm cách thay đổi cảm xúc của bạn để chúng là những cảm xúc tích cực hơn. Càng nhiều điều bạn cảm thấy vui vẻ, hạnh phúc và biết ơn thì bạn sẽ càng thu hút những điều tích cực và tuyệt vời.

Lời trích dẫn thứ sáu: "Những gì chúng ta suy nghĩ và biết ơn là những gì chúng ta sẽ mang theo" Biết ơn thật sự rất quan trọng vì khi nó đến nó sẽ làm cho Luật hấp dẫn làm việc cho bạn. Không có vấn đề gì đang xảy ra cho cuộc sống của bạn ngày hôm nay, nhưng luôn có một điều gì đó mà bạn có thể được nói "xin cảm ơn". Một khi bạn tập trung vào việc biết ơn, bạn sẽ ngạc nhiên là bạn đã tìm thấy quá nhiều điều đẽ bạn có the nói cảm ơn. Hãy làm điều này, và cuộc sống của bạn sẽ thay đổi một cách ấn tượng.

Hy vọng là bạn đang bắt đầu nhìn thấu những lời khuyên khôn ngoan và đầy sức mạnh này từ những lời trích nổi tiếng của Luật hấp dẫn. Hãy viết chúng ra, ghi nhơ chúng và ôn lại những lời trích này nhiều lần trong ngày. khi bạn làm điều này, hãy bắt đầu thay đổi suy nghĩ và cảm xúc của bạn để những điều đó sẽ cho phép bạn thu hút những điều mà bạn thật sự mong muốn.

Luật hấp dẫn - Kỹ thuật biểu lộ sự thịnh vượng

Hãy thuyết phục tâm trí logic của bạn rằng bạn có thể có bất kỳ điều gì bạn muốn (bao gồm cả sự thịnh vượng) có thể giữ cho bạn không biểu lộ một cách thật sự những gì bạn muốn đạt được trong cuộc sống của bạn. Đây là cách thuyết phục tâm trí logic của bạn rằng bạn có thể có được sự thịnh vuỢng của bất kỳ lĩnh vực nào trong cuộc sống của bạn, không có sự giới hạn.

Hãy tìm một nơi yên tĩnh mà bạn có thể chìm đắm trong sự thưởng ngoạn; chỉ một mình bạn, một nơi cách xa cuộc sống bận rộn hằng ngày. Hãy đặt mình vào sự thoải mái và bắt đầu nghĩ về sự thịnh vuỢng của thế giới.

Có một sự khác nhau giữ suy nghĩ về sự thịnh vượng tích cực và suy nghĩ về thịnh vượng tiêu cực. Khi bạn nghĩ về sự thịnh vượng tích cực, bạn suy nghĩ về thế giới và sự thịnh vượng của nó. Hãy nhìn thiên nhiên. Hãy nhìn bầu trời. Vũ trụ cung cấp mọi thứ một cách dư dật. Vũ trụ là sự thịnh vượng. Suy nghĩ về các con chim đang bay trên bầu trời; Đó là sự thịnh vượng. Suy nghĩ về cỏ cây và cách chúng mọc mới thịnh vượng làm sao! Suy nghĩ về tiền trên thế giới và sự giàu có mà thế thế giới này đang có. Suy nghĩ về nước bạn uống mỗi ngày và dòng chảy dồi dào của nó. Đó là những suy nghĩ về sự thịnh vượng một cách tích cực.

Suy nghĩ về sự thịnh vượng tiêu cực là khi đang uống một cốc nước sạch, tinh khiết, lấp lánh trong khi lại trầm ngâm tự hỏi một ngày nào đó sẽ không còn nước nữa, nhìn vào sự vô hạn của bầu trời trong khi lại tập trung vào sự "dư dả" của sương móc, đang nhìn đàn chim bay trên bầu trời mà chỉ biết là có bao nhiêu loài chim bị tuyệt chủng bởi vì sự ô nhiễm của thế giới ngày nay hay có quá nhiều xe hơi và những chất độc mà chúng thải ra.

Bạn có nhìn thấy sự khác biệt không? Cả hai đều là đang nghĩ về

sự thịnh vượng

Hãy suy ngẫm về tất cả những sự thịnh vượng xung quanh bạn. Trong khi bạn đang ngồi ở một nơi yên tĩnh nào đó hãy suy nghĩ về sự thịnh vượng của thế giới. Tâm trí logic của bạn sẽ nhìn và nghe trong khi bạn đang suy ngẫm. Nó sẽ bắt đầu nhìn thấy sự thịnh vượng mà vũ trụ tạo ra và công nhận rằng bạn là một phần của sự thịnh vượng vô hạn đó.

Tôi có một nơi thưởng ngoạn mà nơi đó tôi nhìn ra đồng cỏ xanh tươi, với tiếng nước chảy róc rách. Những điều tôi nhìn ngắm đều trải dài vô tận. Đồng cỏ xanh ngút mắt, nước chảy một cách tràn trề quanh các thung lũng, tất cả cây cối bao quanh thung lũng và mọc một cách tự do và thịnh vượng, tất cả những loài chim khác nhau đang ăn những thức ăn dành cho chim, tất cả cây cối đều mọc cùng nhau bởi vì sự màu mỡ của đất, vũ trụ thật sự là giàu có vô hạn, có 13 con nai đang đi dạo ngang qua cánh đồng (đó là số tôi có thể đếm được; còn rất nhiều con ở xa) và danh sách cứ dài mãi dài mãi.

Dạy cho tâm trí logic của bạn tập trung vào sự thịnh vượng của thế giới sẽ bắt đầu giúp bạn đạt được những mục tiêu của bạn. Khi bạn nhìn thấy và cảm nhận sự thịnh vượng ở khắp mọi nơi, Vũ trụ sẽ mang đến cho bạn càng nhiều sự thịnh vượng hơn để cảm nhận. Hãy làm bài tập này thường xuyên khi có thể. Bởi vì bạn sẽ thông qua suy nghĩ về sự thịnh vượng hàng ngày của bạn để đi vào thế
giới.

Khi bạn có 1 đô la hãy nhớ về nhiều đô la khác và về sự giàu có của thế giới. Khi bạn đang ăn một cây kem và thưởng thức nó, hãy nghĩ về sự thịnh vượng của việc thích thú mà những cây kem mang lại cho nhiều người. Hãy bắt đầu nhìn mọi người thông qua con mắt của sự suy nghĩ tích cực về sự thịnh vượng thay vì tiêu cực, bạn sẽ trực tiếp đem sự thịnh vượng tốt lành vào cuộc sống của bạn và điều đó đến từ Vũ trụ và Luật hấp dẫn. Đó là sự thịnh vượng!Tha thứ



Tha thứ là hành động rât cần thiết và nó chính là quá trình biến đổi con người bạn.
Bạn phải sẵn lòng tha thứ cho bât cứ người nào hay tình huống nào từng khiến bạn đau khổ, hãy giải phóng cho họ/chúng. Nếu cứ giã mãi những suy nghĩ và cảm xúc tiêu cực ây, bạn sẽ chỉ tự làm cho mình và hâp dẫn thêm nhiều điều tiêu cực khác.

Người ta nói việc bạn không sẵn lòng tha thứ cho một ai đó cũng giống như việc bạn đang uống thuốc độc mà mong chờ người khác chết vậy!

Vậy nên hãy ban phúc cho người đó, hoặc tình huống đó, và cầu chúc cho họ được mạnh khỏe, cho chúng được tốt đẹp. Và nếu cần, hãy sẵn lòng tha thứ cho chính bản thân mình nữa. Bằng cách tỏ ra biết hơn quá khứ tích cực và giải phóng quá khứ tiêu cực của mình, bạn có thể dọn chỗ cho một tương lai tươi sáng hơn. Tha thứ thật sự giống như một chât gọt rửa cực mạnh, nó sẽ tẩy rửa bạn sạch sẽ gà giúp bạn được tự do. Đó là một quá trình có sức mạnh vô cùng lớn lao, một quá trình có thể ngay lập tức đưa bạn từ nới chỉ có đau thương và giận dữ sang nơi có tần số rung cảm cao hơn của yêu thương.

Nếu bạn chưa từng tha thứ cho mình một điều gì đó, làm sao bạn có thể trông chờ bạn sẽ tha thứ cho người khác được.
Dolores Huerta

Vì luật hâp dẫn tương tác với những năng lượng rung cảm của suy nghĩ và tình cảm của bạn nên bạn cần tập trung sự chú ý của mình vào những thứ có thể đưa bạn tới trạng thái của rung cảm tích cực. Nhiều chuyên gia về luật hấp dẫn đã nói rằng không gì quan trọng hơn việc cảm thấy thoải mái.

Vậy nên, hãy dành thời gian để làm những điều có thể mang lại niềm vui và hạnh phúc cho bạn. Hãy nghe bản nhạc mà bạn yêu thích. Hãy đi dạo trên bãi biển. Hãy làm những việc tốt. Hãy đối xử tử tế với bản thân mình. Hãy sáng suốt quyết định chọn những suy nghĩ tích cực và tạo nên rung cảm tương thích với điều bạn muốn hấp dẫn vào cuộc sống của mình. Hãy chủ tâm và thận trọng trong việc tạo ra những cảm xúc và tình huống tích cực, vì vũ trụ sẽ

tương tác phù hợp với điều đó. Bạn cần phải xếp mình cùng hàng với những điều mà bạn muốn.

Đó chính là điều tạo nên niềm vui, sự cảm kích và cảm giác đam mê. Nhưng khi bạn thấy thất vọng, sợ hãi, giận dữ thì tất cả những cảm xúc mãnh liệt này đều là dấu hiệu cho bạn biết bạn đang không song hành với điều mà bạn khao khát.

Esther Hicks

Hãy nhớ rằng không ai có thể bảo bạn phải cảm nhận như thế nào. Chỉ bạn mới là người có thể đưa ra quyết định đó. Nếu bạn thấy mình có cảm giác buồn bã, bạn cần phải tìm hiểu xem điều gì đã tạo nên cảm giác tiêu cực đó trong bạn. “điều gì” đó không phải là những điều từ bên ngoài, mà chính bạn và những phán quyết, những niềm tin, những ý tưởng và những suy nghĩ của bạn về những điều bên ngoài đó. Vậy nên, cách bạn chọn tiếp nhận một tình huống sẽ quyết định phản ứng tình cảm của bạn, và bạn có thể thận trọng chọn cách nhìn nhận bất cứ thứ gì hay tất cả mọi thứ theo một cách tích cực hơn.

Bạn cần phải tỉnh táo đưa ra quyết định chọn hạnh phúc. Hãy chọn sự lạc quan. Hãy chọn sống ở nơi thường xuyên có niềm vui và lòng biết ơn. Đừng chấp nhận bất cứ điều gì cho cuộc sống ngoài sự tuyệt vời. Cảm xúc của bạn sẽ tiếp nhiên liệu cho tương lai của bạn.

Đừng trốn mình trong quá khứ. Chỉ dùng quá khứ để minh hoạ cho một luận điểm nào đó, và rồi, hãy để nó lùi về phía sau. Không gì thật sự có ý nghĩa ngoại trừ điều bạn đang làm ngay lúc này. Kể từ giây phút này trở đi, bạn có thể là một người hoàn toàn khác, một người chỉ biết yêu thương và thấu hiểu với cánh tay luôn sẵn
sàng dang ra, nâng đỡ, và tích cực trong mọi suy nghĩ cũng như hành động.

Cảm xúc là chìa khóa

Cảm xúc của bạn là một thành phần quan trọng trong quá trình ứng dụng luật hâp dẫn. Hãy học cách lắng nghe cảm xúc của bạn - *chúng là hệ thống phản hồi nội tại quan trọng cho bạn biết phản ứng bản năng của cơ thể với trạng thái rung cảm mà bạn tạo ra.* Bạn đang tạo ta tầng số rung cảm với bất kì điều gì bạn để ý tới - suy nghĩ bạn đang nghĩ, niềm tin bạn đang nghiền ngẫm, chương trình truyền hình bạn đang xem, đoạn nhạc bạn đang nghe, quyển sách bạn đang đọc, hay bất cứ hoạt động nào mà bạn tham gia. Cảm xúc của bạn chính là một phần của hệ thống chỉ dẫn nội tại. ***Khi bạn vui và có cảm giác căng tràn, điều đó có nghĩa bạn đang đi đúng hướng*** - những việc bạn đang tập trung vào, những suy nghĩ bạn đang nghĩ tới hoặc tạo ra, những ý tưởng bạn đang giải trí và những hoạt động bạn đang tham gia vào đều đang hướng bạn tới đúng mục tiêu, ước mơ và khao khát của mình. Khi bạn bực bội, chán nản buồn rầu và thất vọng - bất cứ cảm xúc nào khiến bạn có cảm giác đau thắt lại (về mặt sinh lý) - có nghiã là bạn đang nghĩ tới và làm những việc không đưa bạn tới mục tiêu, ước mơ và khao khát của mình. Sự phản hồi này đang cố gắng nói cho bạn biết rằng bạn đang đi chệch hướng. Cảm xúc của bạn đang nói cho bạn biết đã đến lúc phải sang số rồi. Chúng đang cố gắng cho

bạn biết đã đến lúc bạn cần nghĩ nhiều hơn tới những suy nghĩ có tác dụng kích thích, nâng đỡ, cần thay đổi sự quan tâm, chuyển kênh, đổi chủ đề thảo luận, và làm một việc khác có thể thay đổi năng lượng của bạn và mang lại cho bạn cảm giác vui thích, thú vị.

Tình yêu là sự sống.
Nếu bạn đánh mất tình yêu, thì bạn cũng đánh mất luôn sự sống.
Leo Buscaglia

Vì trạng thái rung cảm của bạn chính là điều hấp dẫn những thứ bạn khao khát nên việc giữ cho cảm xúc của bạn càng tích cực bao nhiêu càng tốt bấy nhiêu là điều vô cùng cân thiết.
Hãy cố gắng duy trì cảm xúc của bạn trong biên độ của sự tích cực -
những cảm xúc như yêu, thích, hạnh phúc, hồ hởi , thỏa mãn, khây khỏa, tự hào, thư giãn và thanh thản. Những cảm xúc này sẽ nâng mức độ rung cảm của bạn lên và tạo ra rung cảm tương thích với những trải nghiệm mà bạn trông chờ sẽ xuất hiện khi những giấc mơ của bạn đơm hoa kết trái.

Hãy nhớ rằng **"Những gì giống nhau sẽ hấp dẫn lẫn nhau" (Like Attract Like)**. Điều đó ^ có nghĩa là những gì có cùng tần số sẽ hấp
dẫn lẫn nhau. Vì vậy, bằng cách chủ ý tạo ra những trạng thái cảm xúc tích cực tương thích với những cảm xúc mà chúng ta sẽ có khi thực thi hay hoàn thành những mục tiêu, những khao khát của

mình, chúng ta có thể tạo ra một trường năng lượng hấp dẫn bất cứ thứ gì chúng ta muốn. Đây cũng chính là lý do giải thích vì sao việc học cách tương tác chứ không phải phản ứng với những tình huống, hoàn cảnh, và làm chủ trạng thái cảm xúc lại quan trọng như vậy.

Vậy nên, hãy làm những việc khiến bạn thấy thỏai mái - hãy thiết tha, nhiệt tình với cuộc sống của chính mình! ***Khi bạn thấy cảm xúc của mình sâu sắc, mãnh liệt nghĩa là bạn đang phát vào vũ trụ những tần số rất mạnh.***

Cảm xúc của bạn càng sâu sắc, mãnh liệt bao nhiêu thì quá trình hấp dẫn rung cảm càng được thúc đẩy nhanh bấy nhiêu. Bạn cần phải dành thời gian để làm những việc bạn thích và chăm sóc bản thân theo cách này - dù bạn có bận tới mức nào đi nữa. Điều này là vô cùng cần thiết. ***Các nhà nghiên cứu đã phát hiện ra rang điều bạn cảm nhận thực ra quan trọng hơn rất nhiều điều bạn nghĩ tới hay nói về.*** Cảm xúc không bao giờ nói dối bạn. Chúng là chất chỉ thị chính xác cho biết bạn đang nghĩ gì, và liệu bạn có đang hành động đúng với cái tôi thật sự hay những khao khát trong sâu thẳm trái tim bạn hay không. Đừng phớt lờ chúng, cũng đừng cố suy luận chúng, hãy để ý tới chúng. Nếu chúng không nằm trong biên độ của sự tích cực (hy vọng, mong chờ, chấp nhận, đánh giá cao, yêu thương, thích thú) thì hoặc là tống chúng ra khỏi đầu bạn, hoặc là chọn những suy nghĩ tốt hơn. Nghĩa là chọn lấy những suy nghĩ tạo cho bạn cảm giác tốt hơn, hay chỉ đơn giản thay đổi điều bạn đang làm, hãy chuyển sang làm một điều mà bạn thấy thích thú. Đi dạo,

nghe nhạc, âu yếm con mèo cưng hoặc làm bất cứ điều gì có thể đưa bạn trở lại trong biên độ tích cực của cảm xúc.
Mọi điều tạo ra đều là hệ quả của điều tạo nên bạn
David R. Hawkins

Phản hồi Nội tại và Ngoại tại
Xin hãy nhớ rằng, niềm vui chính là hệ thống chỉ dẫn nội tại của bạn. Nó là một thiết bị phản hồi nội tại rất riêng của cá nhân bạn. Nếu bạn thấy phấn chấn, vui vẻ, hạnh phúc thì chắc chắn bạn đang đi đúng hướng, đang sống với cái tôi thật sự của bạn.

Nếu bạn thấy buồn rầu đau khổ, thất vọng thì có lẽ bạn đang đi không đúng hướng. Chỉ đơn giản thế thôi.

Khi bạn đang ở trong trạng thái cảm xúc vui mừng, thích thú có nghĩa là bạn đang làm điều gì đó đúng đắn, vậy nên bạn cứ hãy cứ tiếp tục làm những điều đó. Hãy để ý đến cảm xúc của bạn và làm sao để mặc định cho "chiếc la bàn" của bạn luôn hướng tới "niềm vui". Niềm vui, hạnh phúc trong hiện tại của bạn chính là điều chủ chốt giúp bạn hấp dẫn thêm nhiều niềm vui, hạnh phúc trong tương lai.
Giờ đây, cùng với những phản hồi nội tại, bạn còn thường xuyên nhận được những phản hồi từ bên ngoài - những thông điệp từ vũ trụ. Loại phản hồi này xuất hiện dưới rất nhiều dạng thức khác nhau. Đó có thể là những dấu hiệu rất tinh vi hoặc không được tinh vi cho lắm, bạn nhận được từ người khác, từ những tình huống và

sự kiện trong đời mình. *Chắc chắn bạn đã từng trải qua những lúc mà mọi việc dường như rất "trôi", mọi thứ cứ tự nhiên đến với bạn mà chẳng cần nỗ lực gì. Bạn có cảm giác được ủng hộ trong cả hành động và sự cô găng của mình. Điều đó có nghĩa là những phản hồi từ bên ngòai đang nói cho bạn biết bạn đang đi đúng hướng.* Ngược lại có những lúc đi đâu bạn cũng gặp phải sự kháng cự, và mọi việc có vẻ như chẳng có gì là tốt đẹp cả, dù bạn có cố gắng như thế nào đi chăng nữa. Đó chính là những phản hồi từ bên ngoài của vũ trụ nhằm bảo vệ và nói cho bạn biết bạn đang đi lệch hướng, bạn đang bơi ngược dòng. Hệ thống phản hổi bên trong và bên ngòai này sẽ chỉ cho bạn biết khi nào bạn đi đúng đường và khi nào không. Bạn chỉ cần học cách để ý tới những thông điệp của chúng. Chúng sẽ chỉ dẫn cho bạn nếu bạn để chúng được làm thế.

Mỗi khi tôi làm điều gì đó mà tôi cảm thây không đúng, thì cuối cùng đều là không đúng.
Mario Cuomo

Tất nhiên là trong cuộc sống sẽ có những lúc bạn cảm thấy buồn rầu, chán nản, thất vọng. Đó chỉ đơn giản là thăng trầm của cuộc sống. Nếu không có "trầm", chúng ta sẽ không bao giờ có thể đánh

giá cao "thăng" được. Nếu không có "bóng tối", chúng ta sẽ không biết trân trọng "ánh sáng". Những lúc đau đớn như vậy thường được
đánh giá là những cơ hội để phát triển cảm xúc và tinh thần. Chúng cho chúng ta thêm nhiều trạng thái để tham khảo, và giúp chúng ta so sánh, đối chiếu để nhận ra và đánh giá cao những lúc vui vẻ trong cuộc đời mình.
Hiển nhiên là rất khó để giữ cho suy nghĩ và tình cảm của chúng ta trong trạng thái tích cực khi phải đối mặt với những khoảnh khắc đau thương, tăm tối. *Bạn cần nhớ rằng bạn có quyền lựa chọn cách*
phản ứng hoặc tiếp nhận bất kỳ một tình huống nào. Trong cuộc sống, không có sự kiện "tốt" hay "xấu"; chỉ có những ý tưởng được định liệu trước của chính chúng ta và những khái niệm khiến những
vật nhất định trở thành như vậy trong mắt chúng ta.

Mọi việc xảy ra trong đời chúng ta đều đính kèm một cơ hội để phát triển theo một cách nào đó. Hãy cố nhớ lây điều này: bât cứ sự ***kiện có vẻ tiêu cực nào cũng có thể là hạt giống tạo nên một điều gì đó tốt đẹp.***
Không có sai lầm, không có sự trùng hợp ngẫu nhiên. Mọi việc đều là phúc lành để chúng ta học hỏi.
Elisabeth Kubler-Ross

Cảm xúc Tích cực và Tiêu cực

m m



Chắc chắn bạn cũng nhận ra rằng khi bạn thấy vui vẻ, hạnh phúc, bạn sẽ có cảm giác nhẹ nhành và thảnh thơi. Bạn cảm thấy mình được kết nối. Bạn có cảm giác mình đang sống! Đó là trạng thái tồn tại tự nhiên của bạn. Đó mới là điều cuộc đời bạn dự định hướng tới. Hãy cố gắng sống trong trạng thái thích thú, kỳ diệu và biết ơn.

Những cảm xúc tích cực, chan hoà này rất tốt và chúng sẽ gia tăng tần số rung cảm của bạn. ở nơi có sự yêu thương và hạnh phúc, bạn là thỏi nam châm hút tất cả những gì tốt đẹp và giàu có mà thê giới này ban tặng.

Những xúc cảm tiêu cực như giận dữ, thù hằn, ghen ghét và sợ hãi sẽ chỉ tạo ra những hiệu ứng ngược lại. Chúng sẽ giảm tần số rung cảm của bạn, khiến bạn cảm thấy lo lắng, căng thẳng và cằn cỗi. Chúng có thể tạo ra ốm đau, bệnh tật về mặt thể chất. Xúc cảm tiêu cực chắc chắn sẽ tạo ra cảm giác bị chia cắt, không được kết nối. Chúng giống như một bức tường đá - một chướng ngại chặn lại niềm vui vốn là con người thật sự của bạn. Những xúc cảm đó sẽ chặn đứng dùng chảy năng lượng tích cực trong cuộc đời bạn và chúng chỉ có một "tác dụng" duy nhất là hút thêm thật nhiều những

nguồn năng lượng tiêu cực khác.

Vì vậy, nếu bạn vướng vào những cảm xúc của sự tức giận, sợ hãi, oán giận hay bị phản bội, thì giờ chính là lúc để tống khứ chúng đi. Hãy loại bỏ suy nghĩ và những kiểu hành vi cũ kỹ ấy, hãy sống cho hiện tại. Nếu cứ mãi tập trung vào nỗi đau hay sự tức giận, bạn sẽ chỉ tạo nên, thậm chí còn nhiều hơn, những tình huống tiêu cực, không lành mạnh trong cuộc đời mình mà thôi. Bạn cần phải dọn chỗ cho những cảm xúc và trải nghiệm tích cực bạn muốn hấp dân.

Tức giận chỉ làm cho bạn nhỏ nhen hơn. Còn tha thứ lại thúc đẩy bạn phát triển hơn cả chính bạn trước kia Cherie Carter-Scott**Ý thức và Tiềm thức**

Hầu hết chúng ta đều đã nhận thức khá rõ về những suy nghĩ thuộc ý thức, nhưng chúng ta cũng cần nhận thức được về những suy nghĩ thuộc tiềm thức của bản thân nữa. Tiềm thức của chúng ta thường trình chiếu một vở diên, và vì hầu hết chúng ta đều có một cuốn băng tiêu cực được bật sẵn trong đầu nên chúng ta cứ liên tục phát đi những thông điệp tiêu cực. Bạn cần phải học cách cài đặt lại chương trình cho tiềm thức của mình và biến những suy nghĩ tiêu cực ben trong bạn thành những suy nghĩ tích cực, lành mạnh hơn. Bằng cách tập trung vào niềm tin và hình ảnh bản thân, bạn có thể tìm cách loại bỏ những ý nghĩ hạn chế và tiêu cực. Kiểu độc thoại tiêu cực này là một loại tĩnh học hay sự nhiêu sóng khi gọi điện thoại. Nó sẽ can thiệp, bóp méo thậm chí là chặn tần số sóng của những ý nghĩ tích cực trong bạn. Nếu không được loại bỏ, nó sẽ làm giảm khả năng sáng tạo và biểu thị tương lai bạn vẫn

mong ước.

Đôi lúc, bạn cũng cần để mọi thứ ra đi để thanh lọc bản thân. Nếu bạn không vui vì bất cứ điều gì, hãy từ bỏ nó. Và rồi bạn sẽ nhận thây khi bạn được tự do, sự sáng tạo và cái tôi thật sự của bạn mới xuất hiện.

Tina Turner

Nhưng thật không may là nhiều người trong số chúng ta lại khá cứng đầu, cứ muốn giữ lại những suy nghĩ và hình ảnh tiêu cực về bản thân. Đó chính là khoảng trời bình yên của chúng ta - chúng ta đã quá quen thuộc với những khái niệm cũ rích đó, chúng ta thường mắc kẹt trong những niềm tin của tiềm thức về nỗi sợ hãi, sự nghi ngờ hay sự không thỏa đáng. Hầu hết những suy nghĩ và cảm nhận hạn chế này đều bắt nguồn từ những tai nạn, những niềm tin và trải nghiệm chúng ta tiếp thu trong quá khứ, những điều mà chúng ta đã biến nó thành "chân lý" của riêng mình. Những khái niệm tiêu cực này có thể hủy hoại chúng ta, khiến chúng ta không thể nhận ra tiềm năng và sự phát triển đầy đủ của mình nếu chúng ta không đưa ra được quyết định đúng đắn để đối phó với chúng (giải phóng và đẩy chúng ra khỏi đầu chúng ta).

Hãy tưởng tượng bạn đang lái một chiếc ô tô bị nhấn phanh. Dù bạn có cố gắng như thế nào để tăng tốc thì bạn cũng vân bị chiệc phanh đó kìm lại, nhưng ngay khi bạ nhả phanh ra, tự nhiên bạn sẽ đi nhanh hơn mà chẳng cần tốn sức lực chút nào. Những suy nghĩ, cảm xúc và hành động tiêu cực của bạn cũng giống như một kiểu

phanh tâm lý. Chúng sẽ kéo bạn lại, kìm hãm bạn, trừ khi bạn nỗ lực để tống chúng đi và thay thế chúng bằng những suy nghĩ và niềm tin tích cực.

Bạn cần chuẩn bị sẵn sàng để tống khứ những suy nghĩ tiêu cực trong tinh thần và bước ra khỏi "khoảng trời bình yên" của riêng bạn để dành chỗ cho những suy nghĩ, hình ảnh cá nhân và niềm tin tích cực. Chúng sẽ thay đổi năng lượng rung cảm của bạn, tạo điều kiện để bạn hâp dân dễ dàng và hiệu quả hơn những nguồn năng lượng và kinh nghiệm tích cực bạn vân khao khát có được trong cuộc sống của mình.

Niềm tin là những suy nghĩ đã trở thành thói quen của bạn hưng bạn vân có thể thay đổi chúng qua những lời khẳng định, những cuộc độc thoại mang tính tích cực, những thay đổi trong hành vi cư xử và những kỹ xảo tưởng tượng. Đây đều là những công cụ vô cùng hữu hiệu giúp bạn loại bỏ những suy nghĩ tiêu cực cũ kỹ. Chúng tôi sẽ trình bày cụ thể hơn về mỗi một kỹ sảo có sức mạnh lớn lao này trong những chương tiếp theo.

Nếu bạn thấy những suy nghĩ tiêu cực đã ăn sâu bám rễ trong bạn khiến bạn thấy vô cùng khó khăn trong việc tống khứ chúng đi thì có thể bạn cần một cách tiếp cận khác. Tôi đã phát hiện ra ba phương pháp rất hữu hiệu để loại bỏ những kiểu suy nghĩ, niềm tin và cảm xúc tiêu cực kiểu này. Đó là:
Phương pháp sedona của hale dwoskin
(www.sedonamethod.com)

Phương pháp làm việc của byron katie (www.thework.com)
Tiểu xảo để được tự do về mặt tinh thần (www.emofree.com)

Các trang web trên đều chứa thông tin về những cuốn sách, tài liệu nghe và những buổi hội thảo giúp bạn học được cách loại bỏ nhanh chóng và hiệu quả suy nghĩ tiêu cực trong tinh thần và quay về trạng thái nhận thức thuần túy.

Bạn sẽ đạt được bất kì điều gì não bạn tiếp nhận và tin tưởng
Napoleon Hill

Ý thức của bạn

Ý thức là phần biết suy nghĩ và lập luận của bạn, là một phần trong tâm trí bạn được dùng để đưa ra quyết định hàng ngày. Ý chí tự do của bạn nằm ở đây và với ý thức, bạn có thể quyết định điều bạn muốn tạo ra trong cuộc sống của bản thân mình. Với ý thức, bạn có thể chấp nhận hoặc phản kháng lại bất kỳ ý tưởng nào. Không một người hay một tình huống nào có thể bắt bạn suy nghĩ một cách nghiêm túc về những suy nghĩ và ý tưởng mà bạn không lựa chọn. Và tất nhiên, những suy nghĩ bạn lựa chọn cuối cùng sẽ quyết định cả cuộc đời bạn. Nhờ quá trình luyện tập cùng với sự nỗ lực, bạn có thể học cách điều chỉnh những suy nghĩ của bạn hướng tới những suy nghĩ có lợi cho sự hiện hữu của giấc mơ và mục tiêu bạn đã chọn. Ý thức của bạn có sức mạnh rất lớn, nhưng lại là

phần
hạn chế hơn trong tâm thức bạn.

Ý thức có:

Khả năng xử lý hạn chế
Trí nhớ ngắn hạn (khoảng 20s)
Khả năng xử lý 1 đến 3 sự việc cùng một lúc
Sự thôi thúc có khả năng di chuyển với vận tốc 200 đến 240 km/h

Khả năng xử lý trung bình 2000 mẩu thông tin mỗi ngày.

Tiềm thức của bạn

M

Thực ra tiềm thức của bạn đặc biệt hơn nhiều. Nó thường được nhắc đến như phần tâm trí tinh thần hay phổ quát, và nó không biết đến giới hạn nào, ngoại trừ những giới hạn mà bạn chủ ý chọn. Hình ảnh về bản thân bạn và những thói quen của bạn đều "sinh sống" trong tiềm thức. Nó hoạt động trong từng tế bào của cơ thể bạn. Phần tâm trí này có liên hệ với con người siêu phàm ở mức độ cao hơn so với phần ỳ thức. Đó là sợi dây gắn kết bạn với thế giới, với khởi nguồn và sự thông thái vô hạn của vũ trụ.

Tiềm thức là thường xuyên, là vô tận và nó chỉ hoạt động trong thời điểm hiện tại mà thôi. Nó lưu trữ những kinh nghiệm và ký ức của bạn, *nó giám sát tất cả những hoạt động, những chức năng vận động, nhịp tim, tiêu hóa... của cơ thể bạn.* ***Tiềm thức nghĩ đúng***

theo nghĩa đen, và nó sẽ tiếp nhận tất cả những suy nghĩ mà ý thức của bạn đã chọn nghĩ. Nó không có khả năng bác bỏ khái niệm hay ý tưởng. Như vậy, điều đó có nghĩa là chúng ta cần phải chọn cách sử dụng ý thức để cài đặt lại những niềm tin thuộc về tiềm thức, và tiềm thức phải chấp nhận những ý tưởng và niềm tin mới; không được "cự tuyệt" chúng.

Chúng ta hoàn toàn có thể đưa ra những quyết định có ý thức để thay đổi nội dung tiềm thức của mình.

Tiềm thức có:

Khả năng xử lý mở rộng

Trí nhớ dài hạn (những kinh nghiệm, thái độ, giá trị và niềm tin trong quá khứ)
khả năng xử lý hàng nghìn sự việc cùng một lúc
Sự thôi thúc có khả năng di chuyển với vận tốc 160.000km/h
Khả năng xử lý trung bình 4 tỷ mẩu thông tin mỗi ngày
Như bạn đã thấy, tiềm thức quyền năng hơn ý thức rất nhiều. Hãy thử tưởng tượng tâm trí bạn như một núi băng trôi. Phần núi băng mà bạn nhìn thấy phần nổi trên mặt nước, chính là ý thức của bạn. Nó chỉ thể hiện được khoảng 1/6 khả năng trí tuệ của bạn mà thôi, còn phần ở dưới nước (chiếm khoảng 5/6) chính là tiềm thức của bạn. Khi chúng ta hoạt động chủ yếu là nhờ ý thức (mà thường chúng ta vẫn vậy) chúng ta mới chỉ sử dụng một phần nhỏ tiềm năng thực sự của chúng ta mà thôi. *Ý thức là loại phương tiện*

chậm chạp và cồng kềnh hơn nhiều so với tiềm thức.



Vì vậy, mục tiêu của chúng ta là phải làm sao học được phần lớn nguồn sức mạnh trong tiềm thức, sử dụng nó để phục vụ lợi ích của bản thân. Mỗi ngày, chúng ta phải tạo ra được một khoảng trống để "đăng ký" với tiềm thức tinh thần của mình. Một khoảng thời gian yên tĩnh thường nhật không để những yếu tố bên ngoài làm sao lãng sẽ củng cố sự gắn kết của chúng ta với con người thực sự của mình.

Chúng ta có thể kết nối với tiềm thức bằng cách sử dụng một vài thủ thuật như: khẳng định, hình dung, cầu nguyện, suy nghĩ và thiền định, biết ơn, biết đánh giá và tập trung vào những suy nghĩ tích cực.

Tiềm thức có thể đưa chúng ta đến nơi chúng ta muốn đến, giúp chúng ta đạt được mục tiêu trong cuộc sống của mình một cách nhanh chóng và dễ dàng hơn so với ý thức. ***Vì vậy, bằng cách kết***

nối và sử dụng vận tốc, sức mạnh, sự lanh lợi đáng kinh ngạc của tiềm thức, chúng ta có thể bắt đầu sử dụng luật hấp dẫn

A.rm rmyr«A9«A'■A A- « aA^-

mot cach co chu y de hap dan va tao ra nhtfng ket qua ma chung ta hang mong ddi mot cach hiêu qua hdn.

Trong ban lue này là sùc manh de làm nhüng viêc mà ban không bao gid nghi minh co the làm dddc.

Ban sê co dddc nguon sùc manh này ngay khi ban thay doi ni'êm tin cua minh.

Tien si Maxwell Maltz.

Suy nghĩ là vật chất

Suy nghĩ là vật chất

Suy nghĩ của bạn không mỏng manh như những đám mây lững lờ trôi trên đầu bạn.

Suy nghĩ của bạn cũng là vật chất. Thực ra, chúng là một đơn vị năng lượng có thể đo

đếm được. Suy nghĩ là sự thôi thúc điện sinh hóa học. ***Theo nghiên cứu khoa học,***

suy nghĩ mà bạn phát ra chính là sóng năng lượng có thể xuyên qua không gian và

thời gian.

Brain Waves Are Measured
with Radio Amplifier

With «it ordinary ntdio sol for an am- pliJicr. H young scientist al London is measuring brain waves. A fairly regular electrical wave etnimatcs from the human brain during normal thought, hut the waves diminish during steep, The intensity of the waves is mensured on an electric motor, enabling research men to study the relative intensity of thought processes.



ẸI'.TOỈM.Ud

Measuring** intimity* ***oề i7i0UfAt in ***ttrm* ữt*** eJ*e-> *triciiy Evtieriĩirđ by "frrflfjl* HNifí«"

Suy nghĩ là sự diễn tập của hành động.

Sigmund Freud

Suy nghĩ của bạn rất quyền năng.

Chúng có thật, chúng có thể đo đếm được, chúng là năng lượng.

Mỗi một suy nghĩ của bạn đều là một lời tuyên bố của bạn trước vũ trụ về điều bạn khao khát. Mỗi một suy nghĩ bạn tạo ra đều là một sự thay đổi sinh lý trong con người bạn. Bạn là sản phẩm được tạo nên từ tất cả những suy nghĩ mà bạn từng nghĩ, tất cả những cảm xúc mà bạn từng cảm nhận được, và tất cả những hành động bạn từng thực hiện cho tới giờ phút này. Và... suy nghĩ bạn nghĩ ngày hôm nay, cảm xúc bạn cảm nhận ngày hôm nay sẽ quyết định những trải nghiệm ngày mai của bạn. Vì vậy, bạn cần phải học cách suy nghĩ và cư xử tích cực, phù hợp với điều bạn muốn trở thành, thực hiện hay trải nghiệm trong đời.

Cuộc sống là một trò chơi boomerrang. Suy nghĩ, lời nói và hành động của chúng ta không sớm thì muộn cũng sẽ trở lại với chúng ta, chính xác đến độ đang ngạc nhiên.

Florence Shinn.

Suy nghĩ ảnh hưởng tới cơ thê bạn

Thông qua máy đo nhịp tim, máy phát hiện nói dối, chúng tôi biết được rằng cơ thể con người có phản ứng với suy nghĩ. Cơ thể thay đổi nhiệt độ, nhịp tim, huyết áp, nhịp thở, sự căng cơ, thậm chí cả mức độ đổ mồ hôi tay của chúng ta nữa. Nếu bạn được đưa tới trước một chiếc máy phát hiện nói dối và được hỏi câu: "bạn có lấy tiền không?". Nếu đúng là bạn có lấy tiền và bạn nói dối thì tay bạn sẽ đổ mồ hôi, hoặc trở nên lạnh hơn, tim bạn sẽ đập nhanh hơn, huyết áp của bạn sẽ tăng, hơi thở của bạn sẽ dồn dập hơn, và các cơ của bạn cũng sẽ căng cứng lên. Những biểu hiện sinh lý này không chỉ xuất hiện khi bạn nói dối, mà còn là sự phản ứng cơ thể bạn tạo ra mỗi khi bạn có bất kì một suy nghĩ nào. ***Mỗi suy nghĩ của bạn đều có tác động lên từng tế bào trong cơ thể bạn!***

Tôi thừa nhận suy nghĩ có ảnh hưởng tới cơ thể.

Albert Einstein

Vậy là bạn đã biết được tầm quan trọng của việc cần phải học cách suy nghĩ tích cực. Suy nghĩ tiêu cực là những độc tố, chúng có thể tác động tới cơ thể bạn theo cách tiêu cực. Chúng làm cho bạn yếu đi, khiến bạn đổ mồ hôi, làm cho các cơ của bạn căng lên và thậm chí còn có thể tạo ra môi trường acid trong cơ thể bạn. Điều đó làm gia tăng khả năng bị ung thư (tế bào ung thư phát triển mạnh trong môi trường acid) và mắc các căn bệnh khác. Ngoài ra, chúng sẽ gửi đi những năng lượng rung cảm tiêu cực và hấp dẫn thêm nhiều những trải nghiệm có rung cảm tương tự.

Ngược lại, suy nghĩ tích cực sẽ tác động tới cơ thể bạn theo cách tích cực. Chúng khiến bạn cảm thấy thư thái, tập trung và cảm giác hơn. Chúng giúp giải phóng lượng
endorphin trong não bạn, giảm đau và khiến bạn cảm thấy thoải mái hơn. Ngoài ra, suy nghĩ tích cực sẽ gửi đi những năng lượng rung cảm tích cực có tác dụng hấp dẫn nhiều những trải nghiệm tích cực cho cuộc sống của bạn.

Khoa học ngày nay đã chức minh được rằng suy nghĩ tích cực có sức mạnh gấp hàng trăm lần suy nghĩ tiêu cực.

Micheal Berard BeckwithTất cả đều là Năng Lượng

Tất cả đều là Năng lượng - Bạn là năng lượng

Tinh khiết và đơn giản. Bạn được cấu tạo ra từ những thứ giống như mặt trời, mặt trăng và những vì sao. Bạn là tập hợp của một luồng sinh khí có trí tuệ, biết đi biết nói và tồn tại dưới dạng một cơ thể con người. ***Bạn được tạo nên từ những tế bào, những tế bào này lại được tạo từ các nguyên tử, và các nguyên tử này được tạo ra từ những hạt nhỏ hơn nguyên tử. Những hạt nhỏ hơn nguyên tử đó là gì? Xin thưa, đó chính là năng lượng!***
Vạn vật đều là năng lượng.
Năng lượng không được tạo ra, cũng không thể phá hủy.
Tự nó mang tính nhân quả.
Nó hiện diện như nhau ở mọi lúc mọi nơi.
Năng lượng chuyểng động vĩnh hằng và không bao giờ ngừng nghỉ.

Nó chỉ chuyển hóa từ dạng này sang dạng khác, luôn luôn như vậy.

Suy nghĩ sinh ra năng lượng.

Trong vũ trụ này không có gì là thừa cả. Mỗi người có mặt trên cõi đời này vì họ cân lấp đầy một khỏang trông nào đó, và tất cả các mảnh nhỏ đều phải vừa khít với chỗ của nó trong tấm xếp hình khổng lồ của vũ trụ.

Deepak chopra



Bạn được kết nối với vạn vật và với tất cả mọi người.

Bạn là thể độc nhất vô nhị, một thể hòan chỉnh, một mảnh ghép không thể thiếu trong tòan thể vũ trụ bao la này. Bạn là một trái bóng năng lượng trong một trường năng lượng lớn hơn. Bạn là một phần của nguồn năng lượng lớn lao hơn; bạn là một phần của vũ trụ. Sự thông thái của cả vũ trụ cũng là của bạn, nếu bạn yêu cầu.



Hãy nghĩ tới mạng internet. Bạn không thể nhìn thấy, cũng không thể chạm vào nó, nhưng bạn biết nó có tồn tại. Nó có thực. Nó là một nguồn năng lượng vô hình kết nối chúng ta với nhau. Bạn cũng được kết nối với mọi người và mọi vật, mọi việc theo cách tương tự như vậy.

Đã bao giờ bạn nhận thấy với những người bạn thường xuyên gần gũi, thỉnh thỏang bạn có thể tiếp lời họ, hoặc cả hai bạn có thể nói một câu cùng lúc hay chưa? Đó không phải là sự ngẫu nhiên, mà là sự gắn kết! Đây là ví dụ điển hình cho thấy thật ra chúng ta được kết nối với những người xung quanh mình như thế nào.

Tất cả chúng ta, ai cũng từng trải qua những chuyện như thế này: khi chúng ta vừa mới bắt đầu nghĩ tới một người mà có thể chúng ta đã không nhìn thấy, hoặc không nói chuyện trong nhiều năm liền thì bỗng vài phút sau chuông điện thoại reo, và họ - người chúng ta vừa mới nghĩ tới - đang ở đầu dây bên kia. *"mình vừa mới nghĩ tới cậu xong!",* chúng ta thốt lên kinh ngạc. Thật ra chúng ta đã xuất hiện trong ý định gọi cho chúng ta của họ trước cả khi họ biết ý định đó thành hành động. Suy nghĩ của chúng ta di chuyển qua không gian và thời gian với một vận tốc đáng ngạc nhiên. Thông

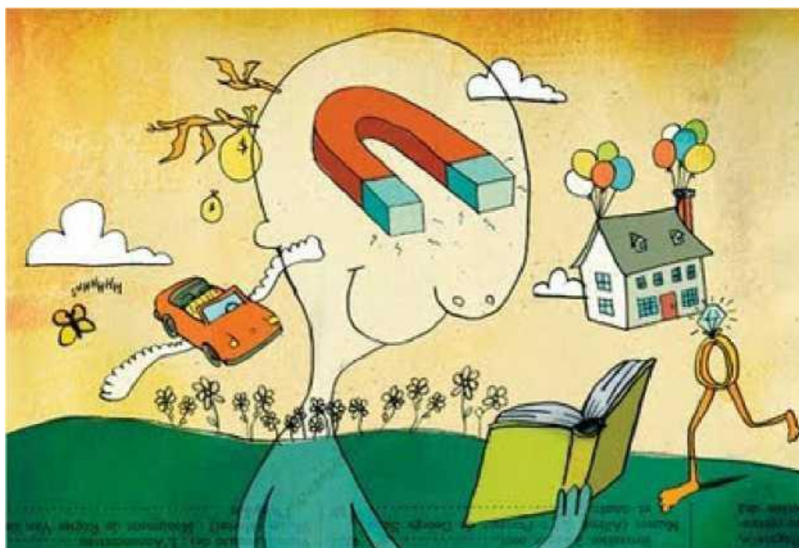
qua sự kết nối của mình, bạn có thể bắt đươc nguồn năng lượng từ suy nghĩ và ý định của họ trúoc khi họ bấm số, mà cũng có thể chính suy nghĩ của bạn về họ đã kích thích họ gọi cho bạn.

Nhờ có luật hấp dẫn, mỗi người trong chúng ta giống như một thỏi nam châm có sức hút lớn, hấp dẫn được nhiều hơn những gì chúng ta cảm nhận được vào một thời điểm nhất định nào đó.

Esther Jerry Hicks

Bạn là một thỏi nam châm

Bạn là một thỏi nam châm sống. Bạn hút, theo đúng nghĩa đen của từ này, ***người, vật, ý tưởng và các tình huống có tầng số năng lượng rung động và cộng hưởng như của bạn về phía mình.*** Trường năng lượng của bạn thường xuyên thay đổi, nó phụ thuộc vào suy nghĩ và cảm xúc của bạn, và vũ trụ như chiếc gương phản chiếu chính xác nguồn năng lượng mà bạn đã tạo ra. Suy nghĩ và cảm xúc của bạn mảnh liệt bao nhiêu thì lực hút của bạn mảnh liệt bấy nhiêu. Quá trình này không đòi hỏi bất ' kì một sự nổ lực thật sự nào; nam châm không phải "cố" hút vật - mà đơn giản, nó có đặc tính hút vật. Và bạn cũng vậy! Bạn vẫn luôn trong quá trình hút thứ gì đó vào cuộc sống của mình.



Bạn có nhận ra rằng cuộc sống hiện tại của bạn chính là kết quả của mọi thứ mà bạn đã từng nghĩ, từng làm, từng tin tưởng hoặc từng cảm nhận cho tới tận bây giờ hay không? Ngay lúc này, bạn có thể bắt đầu chủ động hấp dẫn, và hấp dẫn một cách trí tuệ, bất cứ thứ gì bạn khao khát trong cuộc sống này. Bằng việc sử dụng luật hấp dẫn, bạn có thể hấp dẫn con người, niềm vui, tiền bạc, ý tưởng, chiến lược và cả tình huống - tất cả mọi thứ bạn cần để có thể mang lại cho mình một cuộc sống như bạn mơ ước.

Cả con người chúng ta đều là kết quả

Của những gì chúng ta nghĩ.

Đức **phật**

Bạn có quyền năng

Bạn có quyền năng hơn nhiều so với những gì bạn vẫn nghĩ. Bạn đang tạo ra mọi thứ trong cuộc sống của chính bản thân mình. Một khi bạn hiểu thấu đáo điều này và chịu trách nhiệm về nó, bạn có thể làm bất cứ điều gì bạn đặt ra. Bạn là tác giả cuộc đời mình và bạn có thể chọn cho nó bất kì con đường nào bạn thích.

Bạn có khả năng thay đổi cuộc sống của bạn.

Bạn có khả năng kiến tạo tương lai như bạn mong ước.

Tài năng của bạn là vô hạn!

Một khi bạn đưa ra quyết định, vũ trụ sẽ hiệp lực với bạn để biến điều đó thành hiện thực.

Ralph waldo emersonGiới thiệu về Luật Hấp Dẫn

Hiêu được thấu đáo luật hấp dẫn chính là chìa khóa đê tạo ra một cuộc sông như bạn mong ước.

Luật hấp dẫn là quy luật quyền năng nhất trong vũ trụ. Cũng giống như trọng lực, nó luôn phát huy tác dụng và luôn chuyển động.

Ngay chính lúc này, nó cũng đang vận hành trong cuộc sống của bạn.



Nói một cách đơn giản, theo luật hấp dẫn, bạn sẽ hấp dẫn tất cả những gì bạn tập trung vào. Bất cứ việc gì bạn dành công sức vào đều quay trở lại với bạn. vì thế, nếu bạn tập trung vào những điều tốt đẹp và tích cực, tự nhiên bạn sẽ thu hút được thêm thật nhiều những điều tốt đẹp và tích cực vào cuộc sống của mình. Nếu bạn chỉ quan tâm đến những điều thiếu thốn và tiêu cực thì đó sẽ chính là những thứ sẽ được "hút" vào cuộc sống của bạn.

"Bạn sẽ trở thành điều mà bạn nghĩ đến suốt cả ngày”

Tiến sĩ Robert SchuNer
(Là diễn giả, một người truyền cảm hứng và là nhà văn nổi tiếng vì khả năng khuyến khích và truyền cảm hứng được hàng triệu người trên khắp thế giới ngưỡng mộ và đánh giá cao)

Bạn luôn ở trong trạng thái sáng tạo. Bạn vẫn luôn như thế. Bạn vẫn đang tạo ra thực tế của chính mình trong từng khoảnh khắc hằng ngày. Bạn đang kiến tạo nên tương lai của mình thông qua mỗi một suy nghĩ đơn lẻ, cả trong nhận thức và tiềm thức. Bạn không thể tránh hay quyết định không sáng tạo được vì sự sáng tạo diễn ra không ngừng. Luật hấp dẫn không bao giờ ngừng hoạt động.

Vì vậy, việc hiểu được cách thức hoạt động của quy luật này chính

là chìa khóa cốt lõi giúp bạn có được thành công. Nếu muốn thay đổi cuộc sống và tự trao quyền cho mình để có thể tạo ra một tương lai đầy hứa hẹn, bạn cần phải hiểu được vai trò của mình trong luật hấp dẫn.

Và đây là quy luật hoạt động của nó: ***"Cái gì giống nhau thì hấp dẫn lẫn nhau" (Like Attract Like).*** Nếu bạn cảm thấy hào hứng, nhiệt tình, đam mê, hạnh phúc, thú vị, muốn đánh giá, thưởng thức hay giàu có nghĩa là bạn đang phát đi những năng lượng tích cực. Ngược lại, nếu bạn cảm thấy chán nản, buồn bã, lo lắng, căng thẳng, giận dữ hay phẫn uất có nghĩa là bạn đang phát đi những năng lượng tiêu cực. Vũ trụ, thông qua luật hấp dẫn, sẽ phản ứng lại với cả hai trạng thái rung cảm này. Tất nhiên nó không thể quyết định cái nào tốt hơn bạn, mà chỉ có thể phản ứng lại bất cứ nguồn năng lượng nào mà bạn tạo ra, và nó thường mang lại cho bạn những điều giống như những gì bạn đã tạo ra, nhưng còn nhiều hơn thế. ***Bạn sẽ nhận lại được đúng thứ mà bạn đã gửi đi. Bất cứ suy nghĩ hay cảm xúc nào của bạn trong một khoảng thời gian nhất định, về cơ bản, đều là những yêu cầu bạn gửi tới thế giới,*** tới vũ trụ để có được nhiều hơn những điều giống thế.



Sóng não

(Mỗi suy nghĩ mà bạn phát ra đều có những xung động dưới dạng sóng gửi vào thế giới xung quanh)

Vì những năng lượng rung cảm của bạn sẽ hút một lượng năng lượng với mức độ tương tự trở lại với bạn, nên bạn cân phải chắc chắn rằng mình vân đang phát đi những năng

lượng, suy nghĩ và tình cảm phù hợp với hình ảnh con người mà bạn muốn trở thành, với điều mà bạn muốn làm và muốn trải nghiệm. Tần số năng lượng của bạn cần phải tương thích với điều bạn muốn hấp dân trong cuộc sống. Nếu điều bạn muốn hấp dân là tình yêu và niềm vui thích thì điều bạn cần phải thường xuyên tạo ra là những rung cảm yêu thương và thích thú.
Hãy tưởng tưởng điều đó theo cách này: ***nó rất giống việc phát và nhận sóng radio.*** Tần số của bạn phải phù hợp với tần số của những điều bạn muốn nhận. Bạn không thể dò sóng ở tần số 99,9 Mhz của đài FM mà lại trông chờ bắt đượng sóng của tần số 103,3 Mhz được. Chuyện đó là không tưởng. Năng lượng của bạn cần phải đồng nhịp hoặc phù hợp với năng lượng của người gửi. Vì vậy bạn cần phải điều chỉnh những rung cảm của mình luôn ở tần số tích cực thì mới có thể hấp dẫn được những nguồn năng lượng tích cực cho mình.



Âm thoa là một ví dụ điển hình khác. Khi bạn dò âm thoa, bạn cần khởi động nó để phát đi một âm thanh hay một tần số đặc biệt. Và nếu trong phòng có rất nhiều âm thoa khác nhau thì chỉ những âm thoa nào có được điều chỉnh ở cùng tần số mới có sự tương tác, giao thoa lẫn nhau. Chúng sẽ tự động liên kết và phản ứng với những tần số tương thích với tần số của chúng. Vì vậy, vấn đề ở đây là bạn phải điều chỉnh bản thân sao cho có thể cộng hưởng được với tần số phù hợp với điều mà bạn muốn hấp dẫn. ***Để tạo ra được một tương lai tươi sáng, tích cực, bạn cần phải giữ cho***

sinh lực, suy nghĩ và cảm xúc của mình trong "vùng tích cực".

Bạn có thể học cách điều khiển suy nghĩ và cảm xúc của mình cũng như duy trì những rung cảm tương thích với điều mà bạn muốn hấp dẫn bằng cách học tương tác với, thay cho phản ứng lại những tình huống xảy ra trong cuộc sống của bạn. ***Hầu hết chúng ta sống đơn giản là phản ứng một cách tự động và hoàn toàn vô thức với những sự vật, sự việc diễn ra xung quanh chúng ta***. Có thể bạn có một ngày khó chịu, có thể xe bạn bị thủng xăm, hoặc có thể có ai đó đối xử bất công với bạn. Giả sử bạn phản ứng lại những tình huống theo cách tiêu cực (thông qua suy nghĩ, tình cảm chẳng hạn), bạn có thể trở nên giận dữ, bực bội và khó chịu. Trong trường hợp này, bạn đang phản ứng lại một cách hoàn toàn vô thức với tình huống, chứ không phải tương tác một cách có ý thức với nó, và những suy nghĩ cảm xúc mang hơi hướng tiêu cực này sẽ mặc nhiên "đặt hàng" thế giới, vũ trụ cho bạn nhiều hơn nữa những điều tiêu cực tương tự. Để có được một kết quả tích cực, bạn cần phải học cách tương tác một cách có ý thức theo những cách tích cực hơn.

"Nêu bạn chi làm những điều mà bạn vẫn luôn làm, bạn cũng chi nhận được những điều mà bạn vẫn nhận được mà thôi."

Anthony Robbins

Có một tin đáng mừng là khi bạn đã hiểu được luật hấp dẫn và cách vận hành nó, bạn có thể bắt đầu tạo ra cuộc sống tốt hơn một cách có chủ ý và trí tuệ. Bạn có thể chọn những cách tương tác khác nhau với những tình huống phát sinh trong ngày của bạn. Bạn cũng có thể **chọn** cách nghĩ khác đi. Bạn cũng có thể **chọn** cách tập trung và chỉ suy nghĩ về những thứ mà bạn muốn có nhiều hơn trong cuộc sống của mình. Bạn có thể **chọn** trải nghiệm nhiều hơn

những điều khiến bạn thấy dễ chịu. Bạn cũng có thể **chọn** để được tham dự một cách có chủ ý vào quá trình kiến tạo nên tương lai của mình bằng cách điều khiển suy nghĩ và tình cảm của bản thân.

"Tương lai của bạn được tạo nên bởi những điều bạn làm trong ngày hôm nay, chứ không phải trong ngày mai."

Robert Kiyosaki

(Tác giả bộ sách Bestseller Richdad Poordad)

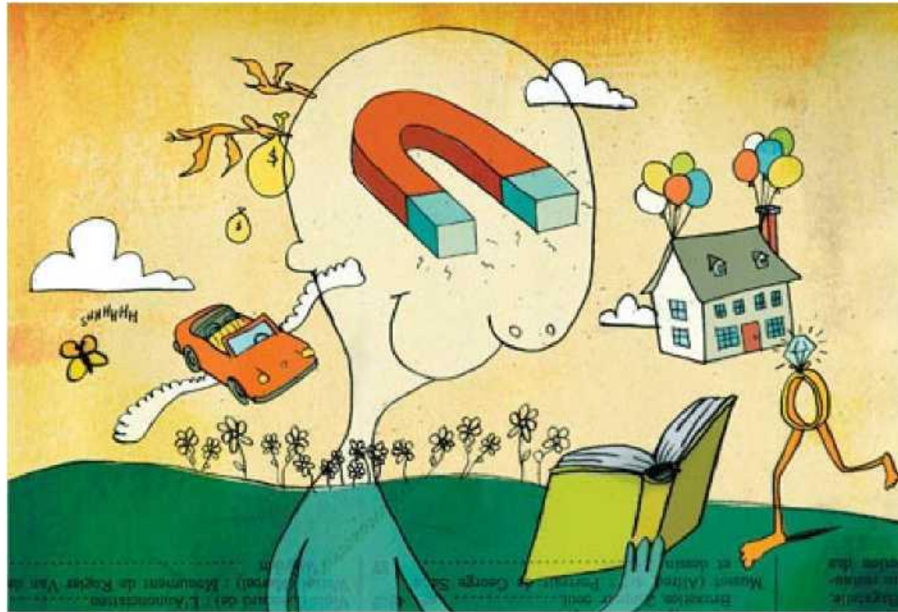
Hãy trông chờ vào những điều kỳ diệu.

Luật hấp dẫn sẽ mang lại những khả năng vô tận, sự giàu có vô tận và niềm vui vô tận. trong luật hấp dẫn không có cái gọi là khó khăn, và nó có thể thay đổi cuộc sống của bạn theo bất kỳ cách nào.

Để hiểu thấu đáo Luật hấp dẫn hoạt động như thế nào trong cuộc sống của bạn, chúng ta cần phải xem xét một vài vấn đề...

"Vũ trụ luôn thay đổi, cuộc sống của chúng ta do chính suy nghĩ của chúng ta tạo nên."

Marcus Aurelius Antoninus



Bạn có bao giờ nghĩ đến một người mà bạn chưa hề gặp trong nhiều tháng và ngay sáng hôm đó anh ta xuất hiện trước cửa nhà bạn? Hay bạn viết thư cho bạn cũ sau nhiều năm không thư từ thì lại nhận ngay được thư của anh ta? Hay bạn hát một bài hát cũ nào đó trong đầu và khi bật radio lên thì nghe đúng bài hát đó? Bạn có bao giờ quyết tìm một quyển sách hay đĩa nhạc nào đó và lại thấy nó nằm đó ngay một lúc sao? Bạn có thấy mình đang làm việc hay sống ừong căn nhà mà bạn đã từng tưởng tượng là mình sẽ có, và thắc mắc là có phải chỉ nhờ nỗ lực có ý thức của mình mà bạn đạt được mục tiêu đó không?

Những biến cố này được nhiều người gom thành một nhóm và đặt tên là sự ừùng hợp. Nhưng có cái gì đó tuyệt hon thế. Trí óc bạn là thỏi nam châm và nó hút về phía mình cái mà nó nghĩ đến.
Khi lần đầu tiên tôi chú ý đến điều này, tôi nghĩ "Thật nhảm nhí quá! Làm sao đầu óc tôi lại có thể hấp dẫn, sinh ra hay biểu hiện cái gì được?" Thế nhưng tôi cho là phải nghiên cứu sâu hon lý luận

cho rằng những người điên cũng góp phần vào lý thuyết này. Neu đầu óc con người có thể hấp dẫn sự vật thật thì tôi sẽ không làm thằng ngu phí cả đời không biết gì!
Tôi đi ra ngoài và mua vài quyển sách nói về ừí óc, một số có vẻ khoa học, số khác là siêu hình, rồi về tinh thần nữa, về cách làm giàu. Thật ngạc nhiên, sách nào cũng có kết luận tuông tự về khả năng hấp dẫn của đầu óc nguời. Thật ừùng hợp, tôi nghĩ! Tôi mua thêm mấy cuốn khác và mua nữa. Tôi đọc khoảng 200 cuốn. Sách được viết bởi những tác giả khác nhau ở nhiều thời điểm khác nhau với những niềm tin tôn giáo và triết học khác nhau. Tất cả đều nói đến cùng một điều "Bạn thu hút cái mà bạn nghĩ trong đầu. Trí óc bạn là một nam châm". Tôi đang bắt đầu nghĩ là có cái gì đó ở đây.

Tôi đã sử dụng đầu óc của mình theo cách được huớng dẫn trong sách và đó là lúc mà tôi bị thuyết phục! Bây giờ tôi đang đi giảng cho mọi người về cách sử dụng trí óc để làm tốt hon mọi việc.
Lắng nghe những nguời đang sống đúng cách Một ừong những điều đầu tiên tôi biết về luật hấp dẫn và sự mầu nhiệm của trí óc là tất cả những người thành công đều đã sử dụng những nguyên tắc này! Tôi nghĩ sẽ nói cho họ nghe về khám phá mới nhất của mình nhung sợ họ sẽ ừả lời là "Tôi đã xài nó cả chục năm nay rồi". Tôi cũng phát hiện ra rằng những người đau khổ nhất mà tôi từng gặp sẽ cãi rằng cái nguyên tắc đó không thế làm theo ý chúng ta được. Tôi muốn nghe lời khuyên của người hạnh phúc hon là của những người hay than vãn!

Có hàng trăm điều trong các sách nói về khả năng sáng tạo của ừí óc, nhung để cho ngắn gọn tôi sẽ trích một vài chỗ thôi. Trong sách bán chạy nhất của mình "Hãy suy nghĩ và trở nên giàu có" Napoleon Hỉll đã viết "....trí não chúng ta tạo ra từ truờng từ những ý nghĩ chủ đạo mà chúng ta giữ trong óc và vì không ai giống ai, những "nam châm" này sẽ hấp dẫn lực, nguời hay hoàn cảnh sống về phía chúng ta đúng với bản chất của những ý nghĩ đó".

James Allen đã viêt trong "Khi một nguời suy nghĩ" là ".....một nguời sẽ sớm phát
hiện ra anh ta là tay làm vuờn thiện nghệ của tâm hồn mình, là lãnh đạo của chính đời mình. Anh ta cũng sẽ sớm thấy đuợc những quy luật tu duy và hiểu đuợc rằng với sự chính xác ngày càng cao, những yếu tố tinh thần và tư tưởng hoạt động đế tạo nên tính cách của bạn, tạo nên hoàn cảnh và định mệnh của bạn". Ông ta còn nói thêm "Hoàn cảnh đó hình thành từ suy nghĩ mà con người đã mất thời gian đế thực hành tự kiếm soát nó...."

Trong quyển "Ma thuật của niềm tin", Claude Bristol cũng nói lại về khả năng hấp dẫn của trí óc con người. "Những ý nghĩ sợ hãi của chúng ta hấp dẫn những rắc rối đến với ta cũng như những ý nghĩ tích cực và tốt đẹp hấp dẫn những kết quả tốt đẹp. Vì thế không cần biết tính chất của suy nghĩ, nó tạo ra kết quả cùng loại với nó. Khi điều này trôi vào ý thức con người thì họ bắt đầu hiểu được cái khả năng to lớn mà họ có thế sử dụng. Rồi họ nói "Có vẻ là ngẫu nhiên nhưng không ngẫu nhiên chút nào vì nó chỉ là kết quả của

công việc tỉ mẩn mà bạn đã làm"

Giải thích thêm về sức mạnh hấp dẫn của ừí óc. Bristol đã nói rằng sóng radio có thể xuyên dễ dàng qua gỗ và gạch hay thép cứng thì chúng ta cũng có thể thấy được sự xung động của tư duy theo cách đó. Ông đặt câu hỏi "Neu sóng tư duy, hay cái gì đó, có thể chuyển thành dao động cao hon thì tại sao không thể ảnh hưởng đến phân tử của các vật thể rắn?"

Shakti Gawain, tác giả cuốn "Hình dung sáng tạo"cũng bàn về vấn đề này. Bà nói "Tư duy và cảm xúc có năng lượng nam châm của chúng và có thể hút năng lượng cùng loại. Đây chính là quy luật gởi gì vào vũ ừụ sẽ nhận lại được cái đó. Trên quan điểm thực tế thì điều này có nghĩa là chúng ta thu hút vào cuộc sống của mình cái mà mình hay nghĩ đến nhất, tin tưởng nhất hay mong đợi sâu sắc nhất hoặc tưởng tượng sống động nhất".

Richard Bach đã viết "Chúng ta hút vào đời sống của mình cái chúng ta nghĩ trong đầu". Một ý nghĩ không thể "không là gì", mà là "một cái gì đó". Đẻ nghĩ đến nó được thì nó phải tồn tại. Phải là điều gì hay vật gì đó. Vậy là nó sẽ có năng lượng của nó. Một ý nghĩ cũng sẽ tuân theo những quy luật hay nguyên tắc như tất cả những thứ khác trên đời này.
Co the la do nhin tu* goc do nay, de xac nhan la quy luat hap dan cung co that va manh me nhu dien hay trong Inc vay. Co the noi mai khong het nhung muc tieu cua toi la lam cho doc gia ro doi chut

ve quan diem tri oc co the tao ra nhung ket qua cho ban. Toi khong mong la cac ban chap nhan nhung khai niem do mot each mu quang ma khong thu nghiem gi het. Toi cung muon nhan manh la tu duy khong the thay the cho hanh dong. Hon nua, su dung tri oc dung each se lam cho ban dat duoc muc tieu cua minh nhanh chong va de dang hon la bang each khac.

Tri oc ban la mot thoi nam cham. Cu bam suy nghT vao cai ban muon co, ban se co no. Hay cho rang nhung y nghT cua ban giong nhu mot dam may vo hinh co the bay ra va mang nhung thanh 1uu ve cho ban. Bang each kiem soat suy nghT cua minh, ban quyet dinh cai ban se gat hai duoc. Do chinh la mot bi mat cua cuoc song.

ANDREW MATTHEWSTHE SECRET OF "DOING WITHOUT DOING" - By Robert Anthony. Ph.D

Một trong những khái niệm sai lầm và chắc chắn của hầu hết mọi người đó là bạn sẽ nhận được những gì trong cuộc sống bằng cách bạn LÀM, hoặc thông qua những hành động bạn thực hiện. Hầu hết mọi người tin rằng bằng cách làm hay thực hiện là một phần làm cho mọi việc xảy ra. Tuy nhiên điều này lại ừái ngược hoàn toàn.
Đẻ tôi giải thích:
Lý do mà chúng ta nhấn mạnh nhiều vào hành động là bởi vì chúng ta không hiếu sức mạnh của sự suy nghĩ. Neu như bạn phân tích,

90% hành động của hầu hết mọi người trải qua là để cố gắng bù đắp cho những suy nghĩ sai lầm của chúng ta.

Nhà ừiết học Trung Quốc Lão tử nó rằng: “Hãy thực hành theo cách, mỗi ngày một điều gì đó được bỏ đi. Càng ngày bạn càng làm ít đi với ít nỗ lực hon cho đến khi bạn đạt được trạng thái không hành động. Khi không có gì được thực hiện, không có điều gì còn lại là không xong”. Những gì ông ta nói đó là “làm mà không làm”

Vấn đề là hầu như mọi người chúng ta đều đang bận tâm với việc LÀM. Không may là hầu như những hành động của chúng ta là tập trung vào việc đấu ừanh. Theo phương Tây chúng ta được đặt ừong điều kiện hành động theo định hướng, vì vậy chúng ta đặt một giá trị khủng khiếp cho việc làm. Chúng ta bận rộn đến nỗi chúng ta không nhận ra rằng “sự làm” này là nguyên nhân khiến chúng ta sáng tạo ra một trạng thái trái ngược.

Hầu như hành động của chúng ta là do sợ hãi, lo lắng hay nghi ngờ bởi vì chúng ta tin rằng không có một điều gì chúng ta nhận được mà chúng ta không phải làm một điều gì đó. Nói cách khác, chúng ta đang cố gắng tạo sức mạnh cho mong muốn của chúng ta bằng cách thể hiện thông qua hành động

Nếu như bạn quyết định LÀM là yếu tố chi phối, thì bạn sẽ không tập trung vào những gì bạn muốn LÀ trong thời gian hiện tại. Đây là nguyên nhân mà bạn sáng tạo nhầm bởi vì LÀ là bước đầu tiên và sáng tạo nhất để tạo ra tiến trình

Đây là bí mật

Không phải hành động của bạn làm cho mọi điều xảy ra, mà là mục đích của bạn. Bạn có thể giảm đến mức tối thiểu hành động của bạn bằng cách cho phép chính bạn tập trung vào những ước muốn đến khi bạn cảm thấy năng lượng tích cực bắt đầu chuyển động bên trong bạn. Năng lượng này không dựa trên sự nghi ngờ, sợ hãi, lo lắng hoặc cần có. Khi bạn tập trung vào những điều bạn muốn thay vì vào những điều bạn không muốn, bạn sẽ biết khi đó là thời gian hành động. Và khi bạn làm, không cần nỗ lực. Cửa mở ra và toàn bộ Vũ trụ sẽ quy tụ lại để giúp đõ bạn thực hiện mong muốn của bạn.

Nói một cách đon giản, bạn không nên hành động cho đến khi bạn hình dung ra mong muốn của bạn và làm nó đủ thật trong tâm trí của bạn để hành động là bước tiếp theo, đó là tất cả những gì, có vẻ như là bước có tính hợp lý nhất.

Làm thế nào để bạn biết bước tiếp theo một cách hợp lý? Sau đây là thử nghiệm mà bạn có thể cung cấp cho mình trước bất kỳ hành động nào. Neu bạn tập trung vào những gì bạn mong muốn mà vẫn cảm thấy sốc hay lo âu, thì bạn sẽ không sẵn sàng làm bất cứ điều gì. Bạn biết bạn sẵn sàng khi cảm giác rằng bước họp lý tiếp theo là không cần nỗ lực. Không có sự nỗ lực, không căng thẳng, và không đau đớn.

Những gì chúng ta muốn làm là sử dụng lực đòn bẩy của năng lượng, cùng một lực đòn bẩy năng lượng này mà sáng tạo ra mọi điều trong vũ trụ. Tuy nhiên, chúng ta quá nắm bắt vào sự thật đó là Cái gì, đến nỗi chúng ta cảm thấy chúng ta phải tạo ra mọi điều thông qua nỗ lực tinh thần và hoạt động thể chất

Làm thế nào để thu hút những điều tốt đẹp nhất trong cuộc sống mà không cần nỗ lực

Bạn đã bao giờ nhìn thấy những người dường như có tất cả những điều tuyệt vời trong cuộc sống mà không cần nhiều nỗ lực? Nó hầu như có vẻ như họ có một lợi thế hon tất cả những người khác. Sau đó bạn nhìn thấy những người làm việc vất vả nhất thường đạt được ít nhất. Điều này không công bằng đúng không? Nhưng đó là cách của vũ trụ vận hành!

Không may, những người đó làm việc vất vả thường nhận được ít nhất bởi vì họ không được học cách sử dụng lực đòn bẩy của năng lượng. Họ đang làm cuộc sống của họ theo cách khó khăn. Họ đang có gắng dùng hành động của họ để tạo ra cuộc sống mà họ muốn.
Chúng ta đã từng bị lập tri`nh rằng để có những gì chúng ta muốn chúng ta phải làm việc vất vả. Bao nhiêu lần bạn đã từng nghe - "không đau, không có được". Điều đó có nghĩa là nếu như bạn muốn làm một điều gì đó cho chính bạn, bạn phải làm việc vất vả. Lời nhắn này là rõ ràng - Neu như bạn không săn đuổi hay chiến đấu, bạn sẽ không tiên vê phía trước.

Nhưng đây là sự thật - bất cứ khi nào bạn đấu tranh nghĩa là bạn đang sáng tạo nhầm. Bất cứ khi nào bạn cảm thấy đau đớn hoặc phải tranh đấu, sự thu hút thần thánh của bạn sẽ trực tiếp mang đến cho bạn những điều bạn không muốn hon là những điều bạn muốn. Hãy đọc lại nó!

Hảnh động là cần thiết, nhưng chúng là bước cuối cùng của tiến trình sáng tạo. Hảnh động không thể được sử dụng một cách hiệu quả để đạt được kết quả khởi đầu, bởi vì điều đầu tiên của phương

tri`nh là LÀ, rồi suy nghĩ, rồi hành động.

Hãy nhớ rằng, sự sáng tạo mọi điều thông qua sự rung động của bạn. Mọi điều rung động, và nó bằng cách rung động đó chúng ta cảm nhận và thu hút những trải nghiệm với chính chúng ta. Vì vậy trước khi bạn hành động hoặc làm bất cứ điều gì đầu tiên hãy hỏi chính bạn, tôi rung cảm trước điều này như thế nào? Bạn nói như thế nào? Bạn nói bằng cảm xúc như thế nào?. Cảm xúc của bạn sẽ chỉ cho bạn những rung cảm của bạn. Điều bạn cảm xúc sẽ xác định những gì bạn thu hút.

Khi bạn sử dụng tiến trình chỉ tập trung vào những điều bạn muốn thay cho những điều bạn không muốn, bạn sẽ nhận ra rằng vũ trụ sẽ cung cấp những tình huống và trường họp khác nhau cho bạn để bạn được yêu cầu ít hành động nhất. Điều này đặt bạn vào ừạng thái “Làm mà không làm” hoặc làm không cần nỗ lực.